



**CAN Rapport 122**

**Hälsa bland folkhögskoleelever**

Tre folkhögskolor i Västra Götaland

2010

**Johanna Miettala**



**CAN – en kunskapsbank i drogfrågor**

CANs främsta uppgift är att tillhandahålla kunskap om alkohol, narkotika och andra droger. Detta görs bland annat genom biblioteket, trycksaker av olika slag, webbsidor, seminarier, kurser och konferenser.

**CAN följer drogutvecklingen**

CAN följer utvecklingen av bruk och missbruk av alkohol, narkotika och andra droger. CAN samlar in och sammanställer resultat från undersökningar, statistik och andra data, gör egna undersökningar och utredningar eller ger forskare i uppdrag att göra det.

© Centraförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN)  
Omslag: Löwenberg Media  
ISSN 0283-1198  
URN:NBN:se:can-2010-3 (pdf)

**Centraförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN)**

Klara Norra Kyrkogata 34, Box 70412, 107 25 Stockholm  
Tel: 08-412 46 00, fax: 08-10 46 41  
E-post: [can@can.se](mailto:can@can.se), hemsida: [www.can.se](http://www.can.se)

# Hälsa bland folkhögskoleelever

Tre folkhögskolor i Västra Götaland  
2010

Johanna Mietala



Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning

Rapport nr 122

Stockholm, 2010

# Innehåll

Inledning.....	6
Undersökningen och rapporten .....	7
Rapportens upplägg.....	7
Undersökningens genomförande.....	7
Bortfall .....	8
Tolkningsproblem .....	8
Definitioner av begrepp.....	8
Resultat.....	13
Elevernas hälsa.....	13
Elevernas hälsovanor .....	16
Referenser.....	23
Bilaga 1: Frågeformulär .....	24
Bilaga 2: Tabeller .....	28

# Diagram

1.	Allmänt hälsotillstånd. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	13
2.	Psykiskt välbefinnande. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	14
3.	Psykosomatiska besvär. Procentuell fördelning bland folkhögskoleeleverna.....	15
4.	Antal timmar sömn per natt. Procentuell fördelning bland folkhögskoleeleverna.....	15
5.	Tid ägnat åt måttligt ansträngande aktivitet. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	16
6.	Måltidsvanor vid olika mattider. Procentuell fördelning bland folkhögskoleeleverna. ....	17
7.	Riskgrupper enligt AUDIT. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	18
8.	Narkotikaanvändning under de tolv senaste månaderna. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som någon gång använt narkotika (N=80).....	19
9a.	Frekvens i användning av cannabispreparat under de tolv senaste månaderna. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som någon gång använt narkotika (N=80). ....	19
9b.	Frekvens i användning av annan narkotika än cannabis under de tolv senaste månaderna. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som någon gång använt narkotika (N=80).....	20
10.	Tobaksvanor. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	21
11.	Andel av folkhögskoleeleverna som uppgav att de röker fördelat efter kön.....	21
12.	Andel av folkhögskoleeleverna som uppgav att de snusar fördelat efter kön.....	22

# Tabeller

1.	Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	28
2.	Antal poäng från 0–12 på indexet för psykiskt välbefinnande (General Health Index). Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	28
3.	Har du eller har du haft värk i skuldror eller axlar? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	29
4.	Har du eller har du haft återkommande tarm-/magbesvär? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	29
5.	Har du eller har du haft oro, ångest eller ångslan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	29
6.	Har du haft huvudvärk under de senaste två veckorna? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	29
7.	Har du haft besvär av trötthet under de senaste två veckorna? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	30
8.	Känner du dig stressad för närvarande? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	30
9.	Hur många timmar sover du vanligtvis en normal vardagsnatt? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	30
10.	Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till lärare och övrig personal på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	31
11.	Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till kamrater på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	31
12.	Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till kamrater utanför skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	31
13.	Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till din familj? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	32
14.	Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till lärare och övrig personal på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	32
15.	Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till kamrater på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	32
16.	Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till kamrater utanför skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	33
17.	Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till din familj? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	33
18.	Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt måttligt ansträngande aktivitet som får dig att bli varm? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	33
19.	Hur ofta äter du grönsaker och rotfrukter? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	34
20.	Hur ofta äter du frukt och bär? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.....	34

21. Hur ofta äter du choklad och godis? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskolee- eleverna. ....	34
22. Vilken typ av måltid brukar du äta till frukost? Procentuell fördelning efter kön bland folk- högskoleeleverna. ....	35
23. Vilken typ av måltid brukar du äta till mellanmål på förmiddagen? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	35
24. Vilken typ av måltid brukar du äta till lunch? Procentuell fördelning efter kön bland folk- högskoleeleverna. ....	35
25. Vilken typ av måltid brukar du äta till mellanmål på eftermiddagen? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	35
26. Vilken typ av måltid brukar du äta till middag? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	36
27. Vilken typ av måltid brukar du äta som mål sent på kvällen eller natten? Procentuell för- delning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	36
28. Hur ofta dricker du alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	36
29. Fördelning av resultaten från ”The Alcohol Use Disorders Identification test”. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	36
30. Vill du sluta dricka alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	37
31. Andel av folkhögskoleeleverna som har föräldrar med alkoholproblem enligt CAST-6. Pro- centuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	37
32. Har det hänt att du tyckt att någon av dina föräldrar dricker för mycket alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	37
33. Har du någonsin bett någon av dina föräldrar att sluta dricka alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	37
34. Har du någonsin grälat eller bråkat med någon av dina föräldrar när någon av dem druckit alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	37
35. Har du någonsin hört dina föräldrar bråka med varandra när någon av dem varit berusade? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	38
36. Har du någonsin velat gömma eller hälla ut en flaska med alkohol som tillhört någon av dina föräldrar? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	38
37. Har du någonsin önskat att någon av dina föräldrar skall sluta dricka alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	38
38. Har du någon gång använt narkotika? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskole- eleverna. ....	38
39. Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna använt hasch och/eller marijuana? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som använt narkotika. ....	39
40. Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna använt annan narkotika än hasch och marijuana? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som använt narkotika. ....	39
41. Vill du sluta använda narkotika? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskole- eleverna som använt narkotika. ....	39
42. Röker du? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	40
43. Vill du sluta röka? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som röker. ....	40
44. Snusar du? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna. ....	40
45. Vill du sluta snusa? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som snusar. ..	40

# Inledning

Denna rapport är framtagen av Centraförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, på uppdrag av projektet "Hälsa på folkhögskola". Syftet med undersökningen är att kartlägga elevernas allmänna hälsotillstånd och hälsovanor i Vara folkhögskola, Fristads folkhögskola och Billströmska folkhögskolan. Rapporten kommer att fungera som en del av ett diskussionsunderlag om åtgärder kring hälsofrågor på var och en av de tre folkhögskolorna i Västra Götaland. Rapporten kommer även att användas i projektet "Hälsa på folkhögskola" i bland annat utbildningssyfte och ingår i CANs rapportserie som finns tillgänglig på [www.can.se](http://www.can.se).

"Hälsa på folkhögskola" är ett treårigt projekt som startades hösten 2009 av IOGT-NTO med stöd från Socialstyrelsen. Projektets målgrupp är unga vuxna som studerar på folkhögskolor men arbetet inbegriper förutom eleverna även personal och ledning på de tre aktuella folkhögskolorna. Projektledare har varit Mija Gustafsson och projektansvarig är Anneli Simu-Gunnarsson. Från och med juni 2010 arbetar Emma Ekblom som projektledare.

CAN är en ideell organisation som har till uppgift att sprida saklig information om alkohol och andra droger och tar fram ett antal rapporter per år, bland annat *Skolelevers drogvanor* och *Drogutvecklingen i Sverige*.



# Undersökningen och rapporten

I denna del av rapporten beskrivs rapportens upplägg, undersökningens genomförande, bortfall, tolkningsproblem samt definitioner av centrala begrepp.

## Rapportens upplägg

Denna rapport innehåller en sammanställning av materialet för de tre folkhögskolorna men inte några separata resultat för var och en av skolorna. Detta för att varje folkhögskola ska ha möjlighet att välja att endast använda materialet för det interna arbetet på skolan. Separata uppgifter för de enskilda folkhögskolorna bifogas som appendix till var och en av folkhögskolorna.

Indikatorer på god hälsa och indikatorer på bra hälsovanor bland folkhögskoleeleverna redovisas i skilda avsnitt i resultatdelen. Indikatorerna beskrivs i avsnittet "Definitioner av begrepp" och redovisas i tabeller i bilaga 2. Enkätfrågorna finns redovisade i frågeformuläret i bilaga 1.

## Undersökningens genomförande

En totalundersökning gjordes på respektive skola i mars 2010. En klass som reste bort på praktik vid det egentliga undersökningstillfället fick dock tillfälle att fylla i enkäten veckan innan de övriga eleverna på skolan. Datainsamlingen genomfördes på så sätt att samtliga elever samlades i en sal där de fick en enkät att fylla i och ett kuvert att försluta innan det lämnades till insamlingsledaren. Eleverna informerades om att undersökningen var anonym och frivillig att delta i och att de av denna anledning kunde lägga ett icke-ifyllt formulär i kuvertet. Eleverna hade även på förhand fått veta av respektive rektorer att enkäten skulle genomföras vid detta tillfälle och kunde därmed även välja att inte delta. Enkäterna skickades öppnade till CAN för bearbetning och sammanställning. Databearbetning har skett på samma sätt som i de ursprungliga frågornas sammanhang eller på ett liknande sätt i de fall där inga tekniska rapporter funnits att tillgå.

Enkätfrågorna härstammar från frågeformulär från olika undersökningar som validitetstestats och/eller utförs kontinuerligt och på så vis är beprövade mått på hälsa och hälsovanor. Enkäten innehåller bland annat frågor från den nationella folkhälsoenkäten "Hälsa på lika villkor" som görs av Statens folkhälsoinstitut (FHI), Undersökningarna av levnadsförhållanden (ULF) av Statistiska centralbyrån (SCB), Levnadsnivåundersökningarna (LNU) som görs av Centrum för socialvetenskaplig alkohol- och drogforskning vid Stockholms universitet, CANs drogvaneundersökningar bland skolungdomar samt diverse lokala folkhälsoenkäter. Vissa frågor har omarbetats för att bättre passa utvecklingsarbetet på de tre folkhögskolorna.

Samtliga frågor testades i en pilotundersökning i januari 2010 med en klass vid Wendelsbergs folkhögskola. Klassen fick efter att ha besvarat samtliga frågor först fylla i en utvärderingsblankett om enkätfrågornas känslighet och tydlighet. Efter denna skriftliga utvärdering följde en diskussion öppet i klassen kring enkätfrågornas tydlighet och vilket stöd som skulle finnas till hands efter att eleverna besvarat känsliga frågor som till exempel föräldrars alkoholmissbruk. Frågeformuläret omarbetades något med hänsyn till pilotundersökningens resultat.

## Bortfall

I enkätundersökningen deltog 136 kvinnor och 106 män av totalt 375 elever som går studielinjer eller så kallade program på de tre folkhögskolorna. Bortfall innebär i denna undersökning den andel registrerade elever på respektive folkhögskola som ingår i målgruppen och skulle ha besvarat enkäten men av olika anledningar inte gjorde detta. I denna undersökning har samtliga elever som närvarat vid tillfället för enkätinsamlingen besvarat enkäten. Däremot är orsaken till frånvaro bland eleverna svår att bedöma.

En del elever, som skulle besvarat enkäten, var inte närvarande vid undersökningstillfället eftersom de endast studerar på deltid vid skolorna. En annan grupp elever befann sig på praktik eller annan skolaktivitet vid enkätinsamlingstillfället. I den förstnämnda typen av bortfall är andelen elever försumbart liten och i den senare skiljer sig rimligtvis inte resultaten för allmänt hälsotillstånd och hälsovanor från de elever som besvarade enkäten och därför är dessa typer av bortfall förhållandevis oproblematiske. Bortfallsgruppen som har varit frånvarande på grund av individuella orsaker såsom sjukdom eller annan frånvaro utan uppgiven orsak hör till den problematiska delen av bortfallet där det inte går att utsluta att dessa elevers allmänna hälsotillstånd och hälsovanor skiljer sig från övriga elever på skolorna.

I tabellen nedan redovisas bortfallet uppdelat på angiven orsak från skolornas rektorer. Eftersom eleverna fått information om tid och plats för datainsamlingstillfället och att det varit frivilligt att delta i undersökningen går det inte att urskilja om bortfallsorsaken varit sjukdom, beviljad ledighet eller annan frånvaro. Dessa tre bortfallsorsaker redovisas därför i samma grupp. Bortfallet var lika fördelat på de tre folkhögskolorna.

### Bortfallet i procent fördelat på bortfallsorsak.

<b>Frånvarande elever (totalt)</b>	<b>35</b>
Deltidsstudier	2
Annan skolaktivitet	11
Sjuk/Beviljad ledighet/Annan frånvaro	23

## Tolkningsproblem

Resultaten för undersökningen gäller specifikt för de tre folkhögskolorna, Vara, Fristads och Billströmska folkhögskolan. Undersökningen gjordes med tre på förhand utvalda folkhögskolor och är alltså inte ett slumpmässigt urval bland folkhögskolor i Västra Götaland. Detta innebär att generaliseringar utöver dessa tre folkhögskolor inte kan göras. Resultaten kan exempelvis inte tolkas som gällande för folkhögskolor generellt i Västra Götaland.

## Definitioner av begrepp

### Allmänt hälsotillstånd

Det allmänna hälsotillståndet mäts i denna undersökning genom fråga 2 i frågeformuläret (bilaga 1) i vilken eleverna får göra en bedömning av sitt allmänna hälsotillstånd. Frågan har använts i FHIs nationella folkhälsoenkät samt i 2006 års frågeformulär för ULF.

I resultatdelen visas folkhögskoleelevernas bedömningar av sitt allmänna hälsotillstånd i tre kategorier för de som anser sig ha mycket bra eller bra hälsa, varken bra eller dålig hälsa samt dålig eller mycket dålig hälsa.

Resultaten för allmänt hälsotillstånd liksom övriga begrepp presenterade i detta avsnitt redovisas även med samtliga svarsalternativ i tabellbilagan (bilaga 2).

## Psykiskt välbefinnande

Psykisk välbefinnande mäts genom fråga 19 som är en kortare version av det 60 frågor långa formuläret "General Health Questionnaire" (GHQ). Detta formulär har tagits fram för att mäta psykiskt välbefinnande bland allmänheten och har i och med en svensk studie bedömts vara ett bra mått på psykisk hälsa i populationsstudier (Sconfianza, 1998:28). Den tolv frågor korta varianten av GHQ (GHQ-12) har ingått i FHIs nationella folkhälsoenkät sedan 2004 och även i lokala folkhälsoundersökningar i Stockholm, Skåne och i Uppsala, Sörmland, Västmanland, Värmland och Örebro län. GHQ-12 har även använts i ett forskningsprojekt om stressrelaterad ohälsa vid Örebro universitet (Lindblom et al., 2006).

Frågan består av 12 påståenden, exempelvis påståendet "jag kan koncentrera mig på vad jag gör" till vilket eleven markerar i vilken grad hon eller han instämmer med hjälp av en likertskala. Svartalternativen innefattar "Stämmer helt", "Stämmer ganska bra", "Stämmer inte särskilt bra" eller "Stämmer inte alls". De två första alternativen kodas som noll poäng och de två sista som ett poäng. Detta bildar sedan ett index med 12 poäng som maxpoäng. Resultat över 2 poäng har i tidigare undersökningar av FHI tolkats som "nedsatt psykiskt välbefinnande". Eleverna förväntas inte skilja sig åt från FHIs undersökningspopulationer som gör det nödvändigt att höja eller sänka denna brytpunkt och därför används brytpunkten 3 poäng för psykiskt välbefinnande även i denna undersökning. Höga poäng tyder även på att en potentiell risk för att respondenten har psykiska besvär, enligt forskningsprojektet vid Örebro universitet.

Resultaten för folkhögskoleeleverna redovisas i fyra olika kategorier för elever som har ett normalt psykiskt välbefinnande, poäng 0–2, och tre kategorier av nedsatt psykiskt välbefinnande, 3–5, 6–8 och 9–12 poäng.

Bortfallet på denna fråga innefattar elever som inte svarat på en eller fler påståenden i indexet och därför exkluderas ur analysen. Indexets interna konsistens har testats, det vill säga hur väl svaren på de olika påståendena stämmer överens. Cronbach's alpha användes som mått vid detta test och var 0,823 vilket innebär en hög intern konsistens. GHQ-12 kan därför antas vara användbar i det aktuella materialet.

## Psykosomatiska besvär

Fem frågor fokuserar på psykosomatiska besvär och mäts med fråga 16 i frågeformuläret. Dessa frågor innefattar värk i skuldror eller axlar, återkommande tarm-/magbesvär, oro, ångest eller ångslan samt huvudvärk eller trötthet under de senaste två veckorna i vilka skillnad görs mellan lätta och svåra besvär och inga besvär alls.

Dessa frågor kommer ursprungligen från FHIs nationella folkhälsoenkät i vilken de beskrivs fokusera på psykosomatiska besvär. Ett urval av de frågor som finns med i den nationella folkhälsoenkäten har dock gjorts eftersom frågor om alla besvär och sjukdomar inte ansågs relevanta att ställa i denna undersökning bland folkhögskoleelever. Frågorna finns även med under teman som berör sjukdomar och övriga besvär i LNU och ULF.

## Stress

Med stress menas i denna undersökning ett tillstånd som kan liknas med att känna sig spänd, rastlös, nervös, orolig eller okoncentrerad och mäts genom fråga 18 i formuläret. Eleverna fick uppge om de känner sig stressade för närvarande och besvarade denna fråga genom att markera att de "inte alls", "i viss mån", "ganska" eller "väldigt mycket" känner sig stressade. Denna fråga ställs även i FHIs nationella folkhälsoenkät men svartalternativen har omformulerats något i denna undersökning.

## Sömn

Sömn mäts i undersökningen genom fråga 17 i frågeformuläret som berör hur många timmar eleverna sover vanligtvis en normal vardagsnatt. Frågan är med i FHIs nationella folkhälsoenkät och har validitetstestats av Statistiska Centralbyråns mättekniska laboratorium. Personer får vid dessa tester besvara frågan samt redogöra för sina uppfattningar om densamma varefter en bedömning görs huruvida testpersonernas uppfattningar stämmer överens med vad frågan ämnar mäta. 6 till 8 timmar anges vara den rekommenderade nattliga sömnen i den nationella folkhälsoenkäten.

## Socialt stöd

För att ta reda på hur eleverna uppfattar det sociala stödet i sin omgivning frågades hur nöjda de vanligtvis är med sitt förhållande till lärare, övrig personal och kamrater på skolan samt kamrater utanför skolan och familjen i och med fråga 20. Dels mäts även elevernas sociala stöd genom fråga 21 om hur lätt det är att vända sig till lärare, personal samt kamrater och familj om eleverna har problem eller behöver prata med någon.

Dessa frågor kommer ursprungligen från CANs årliga skolundersökningar men svarsalternativen har omformulerats för att bättre motsvara folkhögskoleelevernas levnadsförhållanden.

## Motion

Ett mått på elevernas motionsvanor är att låta dem ange hur mycket tid de ägnar åt motion en vanlig vecka. Fråga 3 i formuläret som ämnar mäta elevernas motionsvanor berör mer specifikt hur mycket tid eleverna ägnar en vanlig vecka åt motion, definierat som måttligt ansträngande aktivitet som får personen i fråga att bli varm. Frågan har fasta svarsalternativ med det högsta värdet ”5 timmar i veckan eller mer” och det lägsta ”Ingen tid alls”.

Syftet med denna fråga är att mäta hur stor andel av eleverna som uppnår den dagliga rekommendationen för fysisk aktivitet om 30 minuter per dag, det vill säga 3,5 timmars motion i veckan. Frågan kommer ursprungligen från frågebatteriet International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Frågorna har validerats i rapporten ”Enkätfrågor om kost och fysisk aktivitet bland vuxna” som sammanställdes av Livsmedelsverket år 2004. Rapporten visar att IPAQ-frågornas subjektiva bedömning av motion har samband med motion mätt genom en fysisk aktivitetsmätare och är således tillförlitlig att använda som indikator på tillräcklig fysisk aktivitet om 30 minuter per dag. IPAQ-frågorna har omformulerats till en enkel fråga med fasta svarsalternativ och används i FHIs nationella folkhälsoenkät sedan 2004. Det är den senare varianten som har använts i denna undersökning.

## Kost

Frågorna om matvanor har liksom fysisk aktivitet tagits fram i en valideringsstudie som genomförts av Livsmedelsverket. Livsmedelsverkets indikatorer på kostkvalitet bygger på de fem kostråden som inbegriper bland annat att öka konsumtionen av frukt och grönsaker och minska konsumtionen av mättat fett och socker.

Elevernas kostkvalitet, det vill säga hur god kvalitet det är på maten som eleverna äter, mäts genom fråga 4 om konsumtion av grönsaker och rotfrukter, frukt och bär samt choklad och godis.

Frågorna om konsumtionen av grönsaker och frukt samt choklad och godis visade sig i Livsmedelsverkets valideringsstudie vara en tillförlitlig indikator för kostkvalitet på flera plan. Personer som äter mer än 5 frukt- eller grönsaksportioner per dag tenderar förutom att följa kostrådet för konsumtion av grönsaker och frukt även ha en tillräcklig konsumtion av kostfibrer. Personer som äter frukt mer än 3 gånger per dag tenderar även ha en mindre konsumtion av mättat fett, än de som äter mindre frukt. Personer som äter choklad och godis mindre än 2 gånger per vecka tenderar att ha ett rekommenderat lågt intag av socker och de som äter choklad och godis mindre än 1 gång i veckan tenderar även att ha ett rekommenderat lågt intag av mättat fett i sin kosthållning.

För att ta reda på hur regelbundet eleverna äter ställdes en fråga om vilken typ av måltid eleverna brukar äta på vardagarna. Frågan tillåter att eleverna svarar ett alternativ per måltidstillfälle, det vill säga vid frukost, lunch, middag, mellanmål eller kvällsmål kan respektive elev fylla i att han eller hon äter en huvudmåltid, lättare måltid, småmål, enbart dryck eller ingenting alls. Det var omkring 5 procent av eleverna från var och en av de tre folkhögskolorna som kryssade i flera alternativ per måltidstillfälle vilket kan tyda på att det är svårt att välja ett alternativ som stämmer överens med hur eleven ifråga äter en vanlig vardag. Om en elev hade svarat med två eller tre alternativ på en av dessa frågor valdes ett av dessa svar slumpmässigt men om samtliga måltidsalternativ hade valts räknades det som internt bortfall.

## Alkohol

”Alkohol Use Disorders Identification Test”, förkortat AUDIT, är ett frågeformulär som används för att identifiera personer med riskabla alkoholvanor. Formuläret togs ursprungligen fram av World Health Organization (WHO) och används både som ett självtest på internet liksom i folkhälsoundersökningar som ett screeninginstrument för förekomsten av alkoholmissbruk. Den engelska versionen översattes till svenska av Hans Bergman, professor i psykologisk alkoholforskning vid Karolinska institutet. AUDIT-testet är kvalitetsgranskat av Socialstyrelsen och rekommenderas i de nationella riktlinjerna för missbruks- och beroendevård.

Testet består av 10 frågor varav fråga 6, 7 och första delfrågan under fråga 8 mäter ”riskabel alkoholkonsumtion” genom frekvens och typisk mängd av alkoholkonsumtionen samt hur ofta personen i fråga berusningsdricker. De resterande delfrågorna på fråga 8 samt fråga 9 rör frekvensen av situationer som är vanliga vid alkoholmissbruk, även kallat ”alkoholrelaterade skador/alkoholproblem”. Dessa frågor berör försämrad kontroll över drickandet, alkoholens dominans i personens liv, återställare, skuld känslor, minnesluckor, alkoholrelaterade skador samt om omgivningen reagerat på personens alkoholkonsumtion.

På frågorna 6–8 med fem svarsalternativ får testpersonen 0, 1, 2, 3 eller 4 poäng per delfråga medan fråga 9 med tre svarsalternativ ger 0, 2 eller 4 poäng per delfråga. Testpersonen får sammanlagt poäng mellan 0 och 40 enligt denna beräkning. Poängen tolkas separat för kvinnor och män och kategoriseras i fyra olika grupper. I grupp ett hamnar män med poäng 0–7 och kvinnor med poäng 0–6 vilket klassas som ej riskabla alkoholvanor. Till grupp två till fyra hör personer som fått poäng över 7 respektive 6 och i dessa grupper anses personerna ha olika grader av riskabla alkoholvanor. Dessa grupper inbegriper personer med ”riskabla alkoholvanor” men som ej nödvändigtvis befinner sig i ett missbruk eller beroende: 8–15 poäng för män och 7–13 poäng för kvinnor, samt de två sista kategorierna i vilka det sannolikt föreligger en alkoholrelaterad diagnos nämligen ”problematiska alkoholvanor”: 16–19 poäng för män och 14–17 för kvinnor, samt ”mycket problematiska alkoholvanor” 20 poäng och fler för män och 18 poäng och fler för kvinnor. Om respondenten hamnar i gruppen riskabla alkoholvanor rekommenderas interventionen ”rådgivning, självhjälp och fortsatt uppsikt över konsumtionen”. Om däremot personen hamnar i gruppen problematiska eller mycket problematiska alkoholvanor rekommenderas en utredning och eventuellt behandling inom specialistvården (Wennberg, 2006:7).

De elever som någon gång druckit alkohol får även i och med fråga 10 svara på om de vill sluta dricka alkohol genom tre fasta svarsalternativ, ”Ja”, ”Ja, men i framtiden” eller ”Nej”.

## Föräldrar med alkoholproblem

”Children of Alcoholics Screening Test” (CAST) är ett beprövat och validitetstestat formulär på 30 frågor som tillsammans används för att urskilja vuxna med föräldrar som befinner sig eller har befunnit sig i ett alkoholmissbruk. Det är den 6 frågor långa varianten av CAST som använts i denna undersökning (fråga 22). CAST-6 frågorna är ursprungligen skrivna på engelska och har översatts till svenska av filosofie doktor Tobias Elgan vid Centrum för Psykiatrforskning i Stockholm, STAD.

Enligt en artikel skriven år 1993 av Hodgins med flera som redogör för konstruerandet av CAST-6 är tre eller fler ”Ja”-svar i CAST-6 ett rekommenderat gränsvärde för att skilja mellan personer som har,

respektive inte har, föräldrar som har eller har haft alkoholproblem. I resultatdelen liksom i tabellbilagan redovisas andelen elever som har svarat jakande tre eller fler gånger på testet som vuxna barn till föräldrar med alkoholproblem samt andelen jakande svar för var och en av frågorna fördelat efter kön.

## Narkotika

Användningen av narkotika bland folkhögskoleeleverna mäts i form av två frågor om eleverna någon gång använt narkotika och hur många gånger de använt de vanligaste formerna av narkotika (hasch och marijuana) samt annan narkotika under de senaste 12 månaderna. Dessa två frågor kommer ursprungligen från CANs årliga rapport om skolelevs drogvanor (senast utgiven Hvitfeldt & Gripe, 2009) som rör drogvanor bland elever i grundskolans årskurs nio och gymnasiets år 2. Frågan om frekvens i narkotikaanvändningen har omformulerats till att gälla de senaste 12 månaderna och svarsalternativen har omformulerats till att gälla hasch/marijuana och annan typ av narkotika.

Resultatet redovisas i ett diagram för totalkonsumtion av narkotika, i vilket andelen elever som endast använder cannabispreparat (hasch och/eller marijuana), användare av annan narkotika än cannabispreparat och de som använder både och kan urskiljas. Resultaten redovisas även i två skilda diagram för de elever som använt cannabis respektive de som använt annan typ av narkotika under de tolv senaste månaderna.

De elever som använder narkotika fick även svara på om de vill sluta med sitt användande genom att svara ”Ja”, ”Ja, men i framtiden” eller ”Nej” på fråga 15.

## Tobak

Frågorna om rökning och snusning som tagits med i denna undersökning kommer liksom frågan om narkotikaanvändning från CANs årliga skolundersökningar. Eleverna fick svara på frågan om de röker med tre nekande svarsalternativ för om de aldrig har rökt/snusat, bara har provat röka/snusa eller har slutat snusa och fyra jakande svarsalternativ för om de röker/snusar dagligen eller nästan varje dag samt om de röker/snusar bara när det är fest eller bara ibland.

Resultatet redovisas dels i ett diagram för totalkonsumtion av tobak, i vilket andel rökare, snusare och både rökare och snusare kan urskiljas och dels i två skilda diagram för andelen rökare respektive snusare som röker/snusar ibland och dagligen.

Liksom för användning av alkohol och narkotika tillfrågades även de elever som uppgett att de röker/snusar ifall de vill sluta röka/snusa med hjälp av samma svarsalternativ.

# Resultat

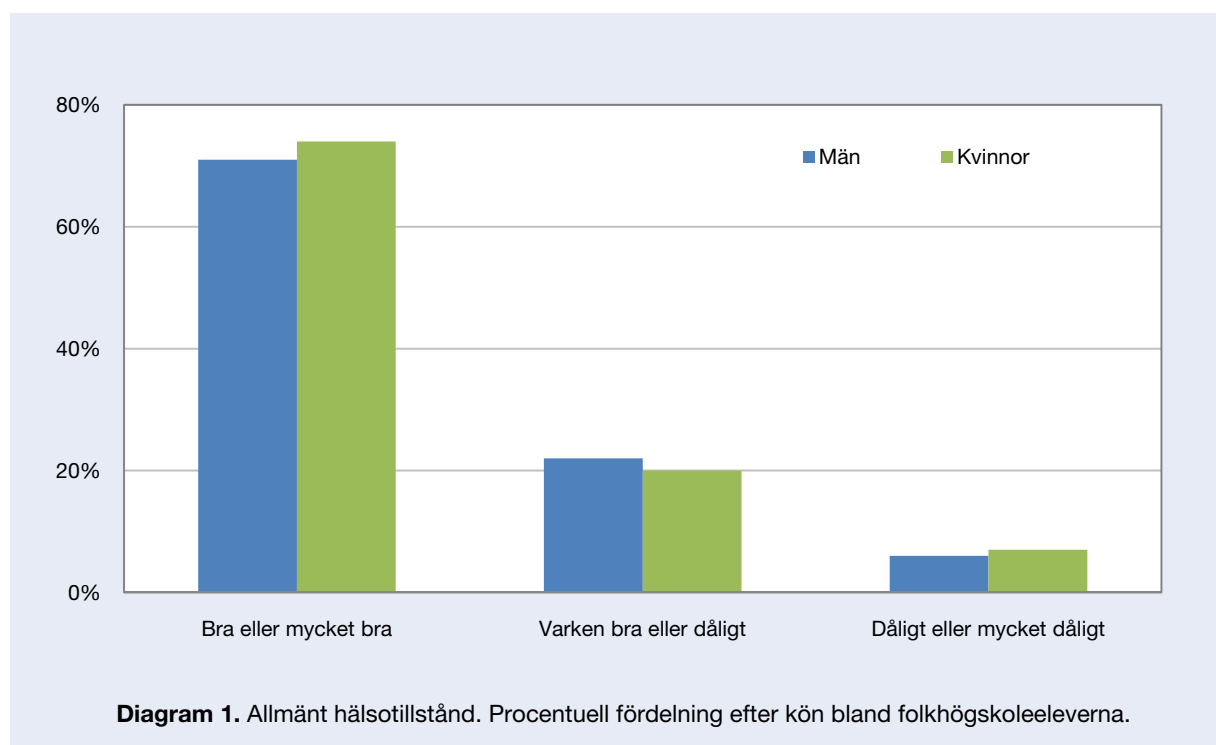
I enkätundersökningen deltog 136 kvinnor och 106 män av totalt 375 elever som går studielinjer eller så kallade program på de tre folkhögskolorna. Svarsfrekvensen var således 65 procent. I sammanställningen kommer samtliga variabler att jämföras mellan män och kvinnor. Resultaten av elevernas svar redovisas i denna del av rapporten uppdelade i kapitel om *Elevernas hälsa* och *Elevernas hälsovanor*.

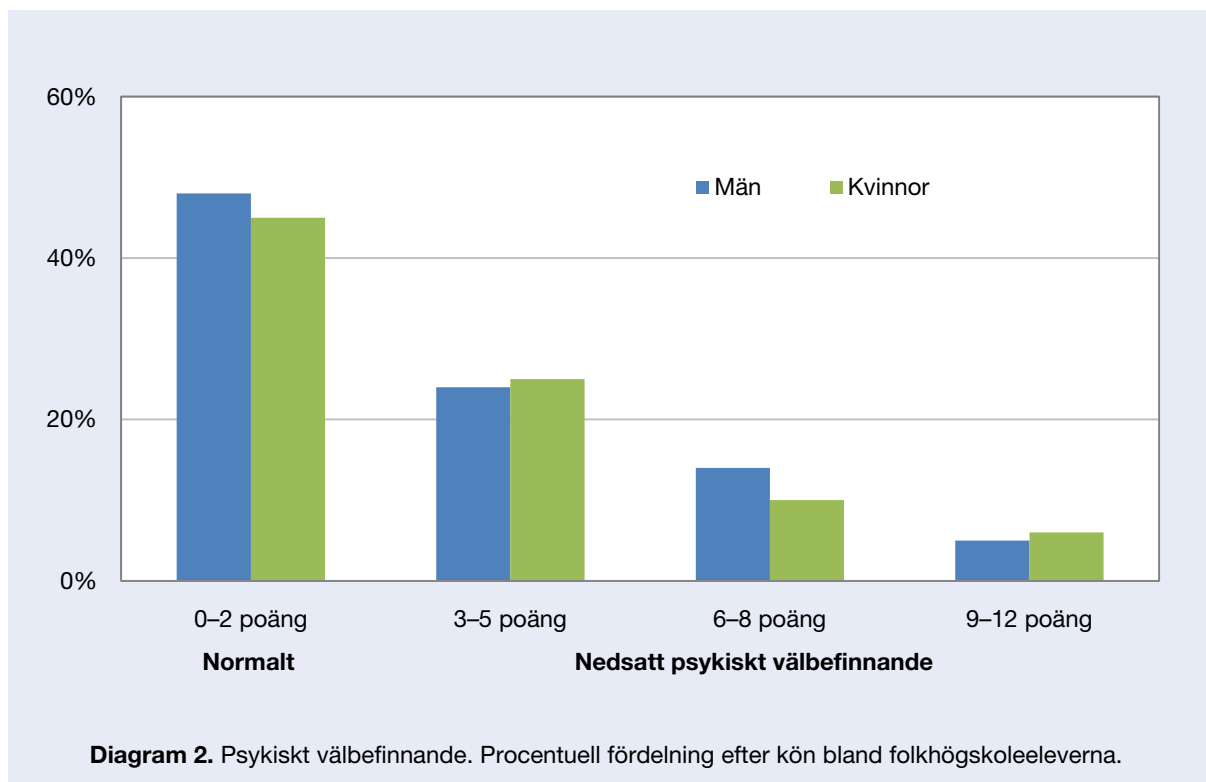
## Elevernas hälsa

En vedertagen definition av hälsa enligt World Health Organisation (WHO) inkluderar fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. I denna undersökning mäts dessa dimensioner av hälsoindikatorerna: självskattad allmän hälsa, psykosomatiska symptom/besvär, sömn, stress, psykiskt välbefinnande och socialt stöd.

### Allmänt hälsotillstånd

En majoritet av eleverna bedömde sitt allmänna hälsotillstånd som bra eller mycket bra. Endast 6 respektive 7 procent av eleverna bedömde hälsotillståndet som dåligt eller mycket dåligt som visat i diagram 1 (se även tabell 1).





## Psykiskt välbefinnande

Diagram 2 visar hur eleverna fördelar sig i indexet som mäter psykiskt välbefinnande uppdelat på kön och normalt respektive olika grupper av nedsatt psykiskt välbefinnande (tabell 2). Den första stapeln består av andelen elever som fått 0-2 poäng, det vill säga den grupp elever som tolkas ha ett normalt psykiskt välbefinnande i enlighet med nämnda undersökningar i metodkapitlet. Nästan hälften av eleverna hade ett normalt psykiskt välbefinnande.

De tre resterande staplarna visar nedsatt psykiskt välbefinnande uppdelat på grupper som fått 3-5, 6-8 samt 9-12 poäng. Den näst största andelen elever efter de som befann sig i gruppen normalt psykiskt välbefinnande var gruppen 3-5 poäng och andelen elever sjunker därefter. Sammanlagt uppgår andelen elever som hade ett nedsatt psykiskt välbefinnande till 43 procent av männen och 41 procent av kvinnorna.

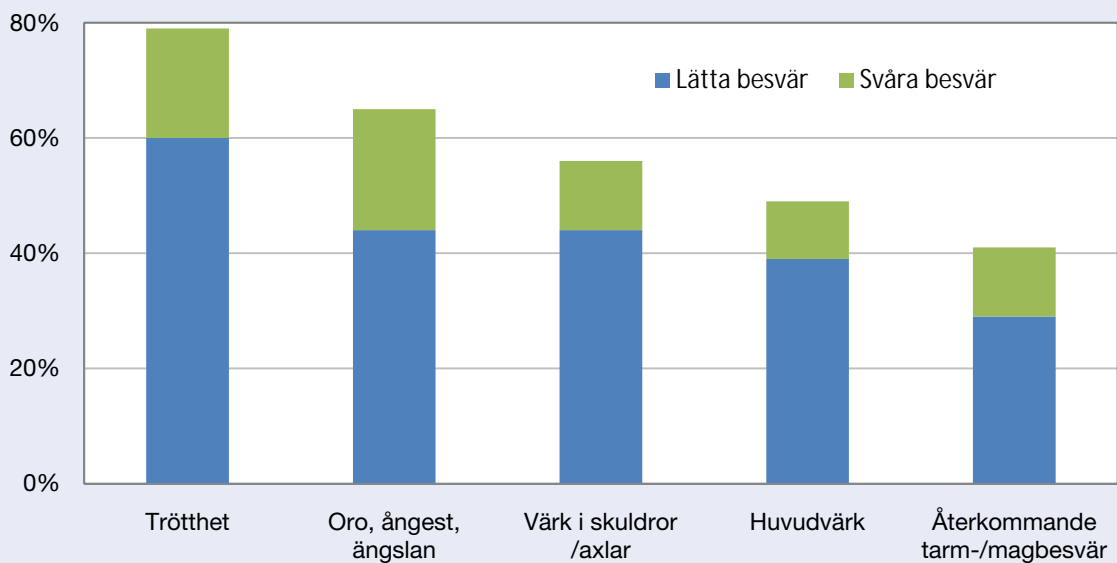
## Psykosomatiska besvär

Bland de psykosomatiska besvären var det högst andel elever som svarade att de haft lätta eller svåra besvär av trötthet under de senaste två veckorna som diagram 3 visar (tabell 7). Oro, ångest eller ångslan angav den näst högsta andelen folkhögskoleelever att de hade svåra eller lätta besvär av och efter det följer värk i skuldror eller axlar, huvudvärk under de två senaste veckorna och sist återkommande tarm- eller magbesvär (tabell 3-6).

Den övervägande högsta andelen elever uppgav att de hade lätta besvär. Högst andel svåra besvär hade eleverna av oro, ångest eller ångslan. Av de 220 elever som besvarade samtliga frågor om psykosomatiska besvär hade 12 procent av männen och 7 procent av kvinnorna inga av dessa besvär medan 14 procent av männen och 31 procent av kvinnorna hade antingen lätta eller svåra besvär av samtliga psykosomatiska besvär.

I de flesta fall hade ungefär lika många män som kvinnor lätta som svåra psykosomatiska besvär med undantag av att en tiondel fler kvinnor än män hade lätta besvär av värk i skuldror, återkommande tarm- eller magbesvär och huvudvärk under de två senaste veckorna.





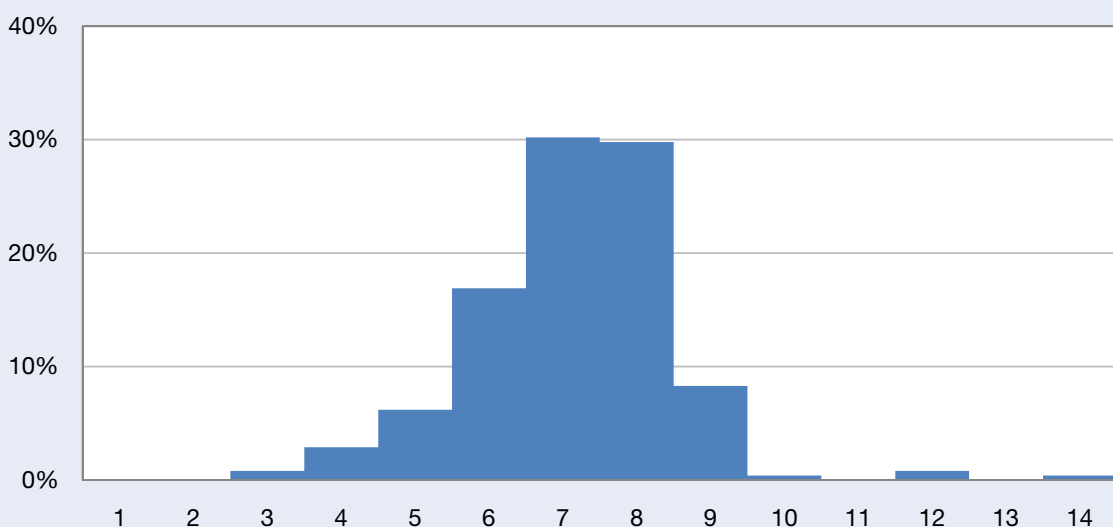
**Diagram 3.** Psykosomatiska besvär. Procentuell fördelning bland folkhögskoleeleverna.

## Stress

En fjärdedel av folkhögskoleeleverna svarade att de inte alls känner sig stressade för närvarande medan hälften svarade att de i viss mån känner sig stressade. En femtedel av eleverna svarade att de känner sig ganska eller väldigt mycket stressade (tabell 8).

## Sömn

Studier har visat att det finns hälsorisker med att sova mindre än 6 timmar och mer än 8 timmar per natt. I diagram 4 redovisas hur eleverna fördelar sig över antal timmar sömn per natt.



**Diagram 4.** Antal timmar sömn per natt. Procentuell fördelning bland folkhögskoleeleverna.

77 procent av eleverna uppgav att de sover mellan 6 och 8 timmar en normal vardagsnatt medan 10 procent av dem uppgav att de sover mer och 10 procent uppgav att de sover mindre än den rekommenderade nattliga sömnen. Resultaten är ungefär lika för kvinnor och män. Det högsta antalet timmar sömn per natt som angavs av en elev var 14 timmar och det lägsta som angavs av två personer var 3 timmar sömn (tabell 9).

## Socialt stöd

Omkring 80 procent av både de manliga och kvinnliga eleverna svarade att de är mycket eller ganska nöjda med sitt förhållande till lärare, personal och kamrater på skolan liksom förhållandet till övriga kamrater och familj. Jämfört med mellan 5 och 10 procent av eleverna som var missnöjda eller mycket missnöjda med dessa relationer (tabell 10–13).

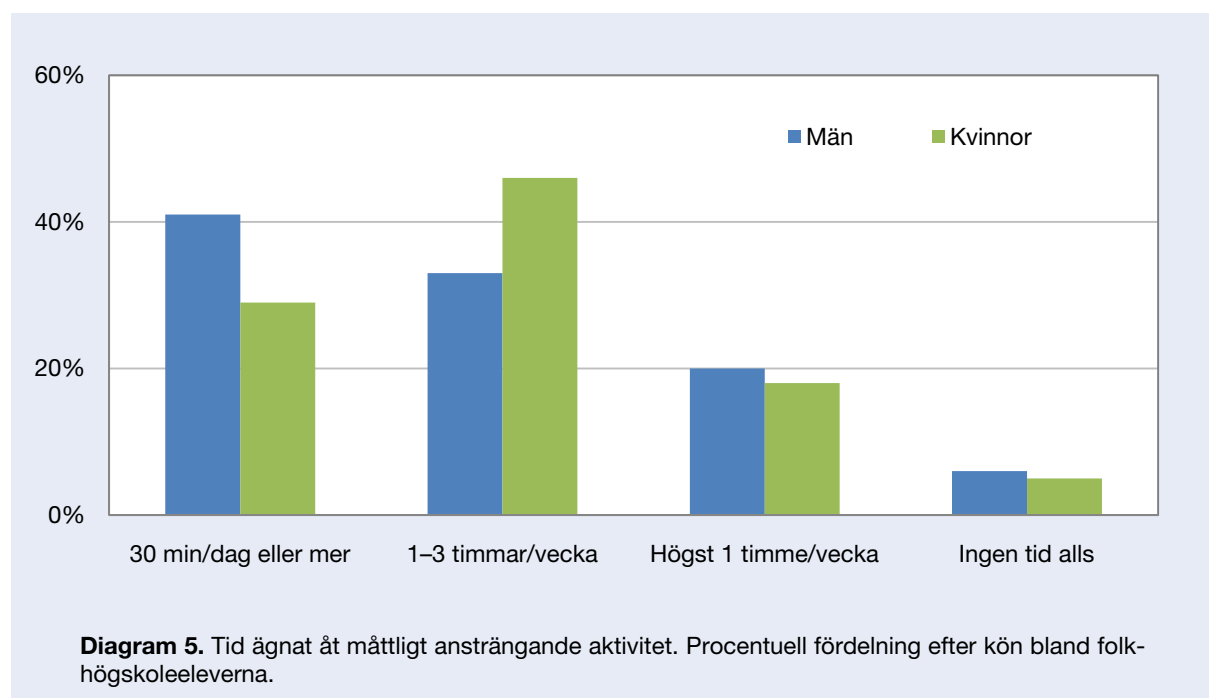
Vad gäller för hur lätt eleverna tyckte att det var att prata om problem med skolpersonal, kamrater och familj ansåg de flesta eleverna att detta var mycket eller ganska lätt och kring 20 procent av männen jämfört med omkring 15 procent av kvinnorna som tyckte att det var mycket eller ganska svårt. 13 procent fler män tyckte att det var mycket eller ganska svårt att vända sig till kamrater utanför skolan och 14 procent fler kvinnor tyckte att det var mycket eller ganska lätt att vända sig till lärare och övrig personal på skolan (tabell 14–17).

## Elevernas hälsovanor

Fokus i denna undersökning har även lagts vid olika levnadsvanor som kan tänkas påverka en individs hälsa. Levnadsvanor inkluderar i denna undersökning: Motion, kost, alkohol, tobak, narkotika och eventuellt alkoholmissbruk bland någon av elevens föräldrar.

### Motion

Diagram 5 visar att 41 procent av männen och 29 procent av kvinnorna motionerade motsvarande 30 minuter per dag eller mer, vilket är den rekommenderade dagliga motionen. 33 procent av männen och 46 procent av kvinnorna motionerade 1 till 3 timmar per vecka medan 20 procent av männen och 18 procent av kvinnorna motionerade högst 1 timme per vecka. Endast 5 procent av eleverna ägnade ingen tid alls åt måttligt ansträngande fysisk aktivitet (tabell 18).



## Kost

Vad gäller konsumtionsfrekvenserna av grönsaker och frukt var det endast 7 procent av eleverna som kom upp i den rekommenderade konsumtionsnivån 5 frukter eller grönsaker per dag (tabell 19–20). 53 procent av eleverna angav dock att de äter någon grönsak eller rotsak per dag. Andelen elever som angav att de äter 3 frukter eller fler per dag var 5 procent för männen och 9 procent för kvinnorna. Dessa elever kan förväntas ha en rekommenderad andel mättat fett i kosten.

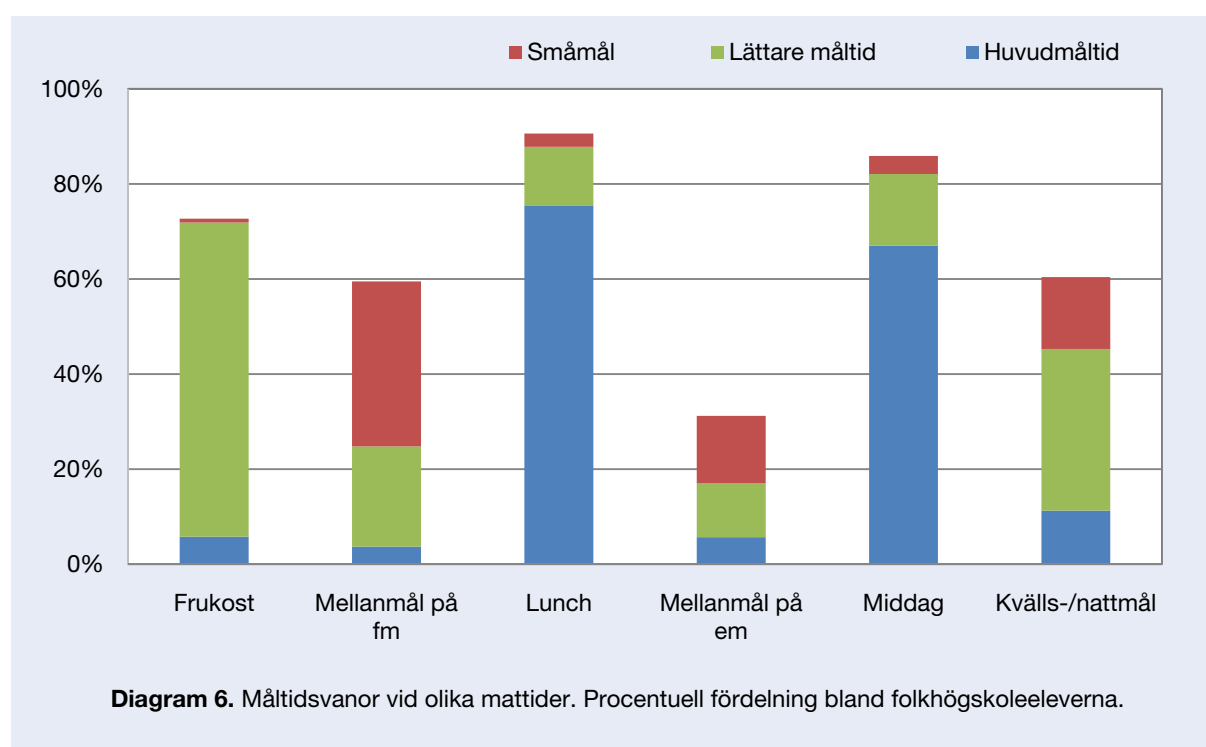
60 procent av männen och 66 procent av kvinnorna angav att de äter choklad och godis mer sällan än 2 gånger per vecka vilket är rekommenderat i och med kostrådet att konsumera mindre socker. 26 procent av männen och 18 procent av kvinnorna angav att de äter choklad och godis mindre än 1 gång i veckan vilket innebär att dessa tenderar att ha en rekommenderat liten andel mättat fett i kosten (tabell 21).

För att undersöka hur regelbundet eleverna äter någonting visar diagram 6 vad för slags måltider eleverna angav att de äter vid olika tillfällen på dagen.

Diagrammet visar att 73 procent av eleverna angav att de äter någonting till frukost. De flesta angav att de äter en lättare måltid såsom smörgås, flingor med fil eller sallad medan en fjärdedel av eleverna angav att de enbart dricker någonting, såsom kaffe, te eller läsk eller varken äter eller dricker någonting alls till frukost. 11 procent fler kvinnor än män angav att de äter en lättare måltid till frukost (tabell 22). Av de 57 elever som angav att de inte äter någonting till frukost var det 39 procent som angav att de inte äter någonting som mellanmål på förmiddagen.

60 procent av eleverna angav att de äter mellanmål på förmiddagen och 31 procent av eleverna angav att de äter mellanmål på eftermiddagen. Som mellanmål på förmiddagen angav de flesta eleverna att de äter ett småmål såsom frukt, kex eller godis medan nästan en tredjedel angav att de inte äter någonting alls. På eftermiddagen angav hälften av eleverna att de inte äter något. 21 procent fler kvinnor angav att de äter småmål på eftermiddagen jämfört med män (tabell 23 och 25).

91 procent av eleverna svarade att de äter någonting till lunch och 86 procent att de äter någonting till middag. Den största andelen av eleverna svarade att de äter en huvudmåltid såsom soppa med bröd el-



ler fisk/kött och potatis till lunch och middag. Endast en tiondel av eleverna svarade att de äter en lättare måltid till lunch eller middag. En tiondel fler kvinnor äter en huvudmåltid vid lunch än män (tabell 24 och 26).

60 procent av eleverna angav att de äter någonting sent på kvällen eller natten. Drygt en tredjedel angav att de äter en lättare måltid och omkring en tiondel att de äter småmål respektive huvudmåltid sent på kvällen eller natten (tabell 27).

## Alkohol

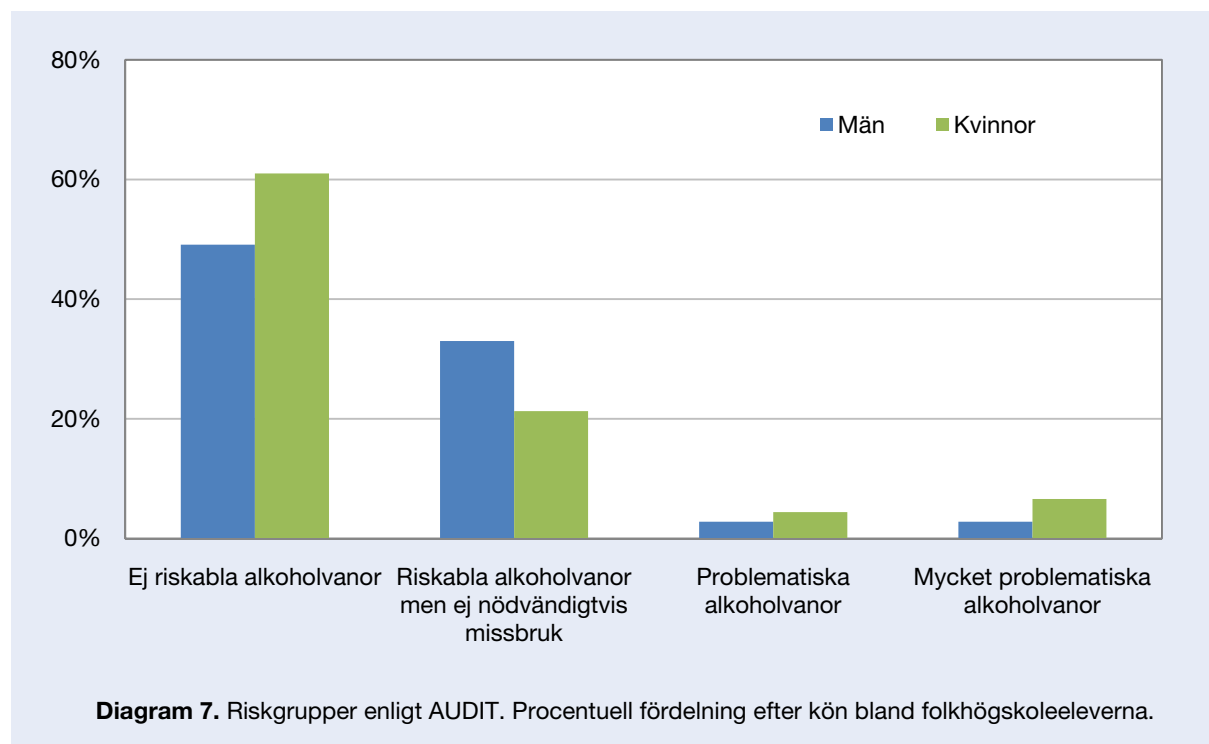
Diagrammet nedan visar fördelningen av resultaten från AUDIT bland folkhögskoleeleverna i vilket 49 procent av männen och 61 procent av kvinnorna inte har riskabla alkoholvanor. 33 procent av männen och 21 procent av kvinnorna har riskabla alkoholvanor men inte nödvändigtvis ett alkoholmissbruk. Resterande 6 procent av männen och 11 procent av kvinnorna har problematiska eller mycket problematiska alkoholvanor (tabell 29).

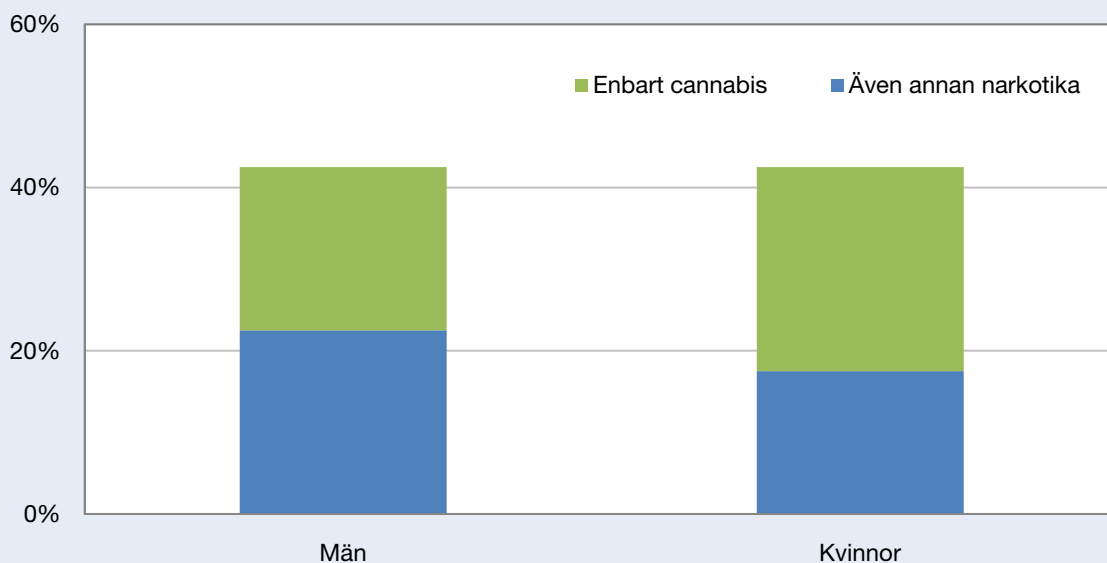
15 procent av eleverna dricker aldrig alkohol (tabell 28) men av de elever som dricker alkohol svarade en femtedel av männen respektive en tiondel av kvinnorna att de vill sluta dricka varav en tiondel av dessa män och kvinnor specificerar att de vill göra det någon gång i framtiden (tabell 30).

## Föräldrar med alkoholproblem

En fjärdedel av samtliga elever som medverkade i undersökningen har enligt kriterierna för CAST-6 föräldrar som har eller har haft alkoholproblem. Detta resultat gäller för 20 procent av männen och 29 procent av kvinnorna (tabell 31).

Hälften av eleverna har svarat nekande på samtliga CAST-6 frågor medan en tiondel av dem svarat ja-kande på samtliga. Av de sex delfrågorna som ingår i CAST-6 var det högst andel elever, en tredjedel av dem, som svarar att det någon gång hänt att de tyckt att någon av deras föräldrar dricker för mycket (tabell 32–37).



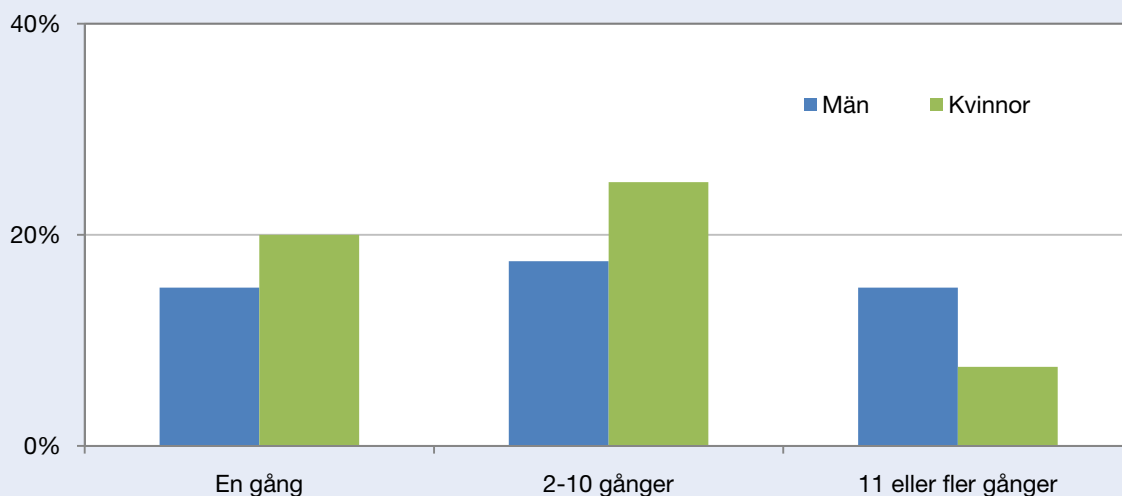


**Diagram 8.** Narkotikaanvändning under de tolv senaste månaderna. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som någon gång använt narkotika (N=80).

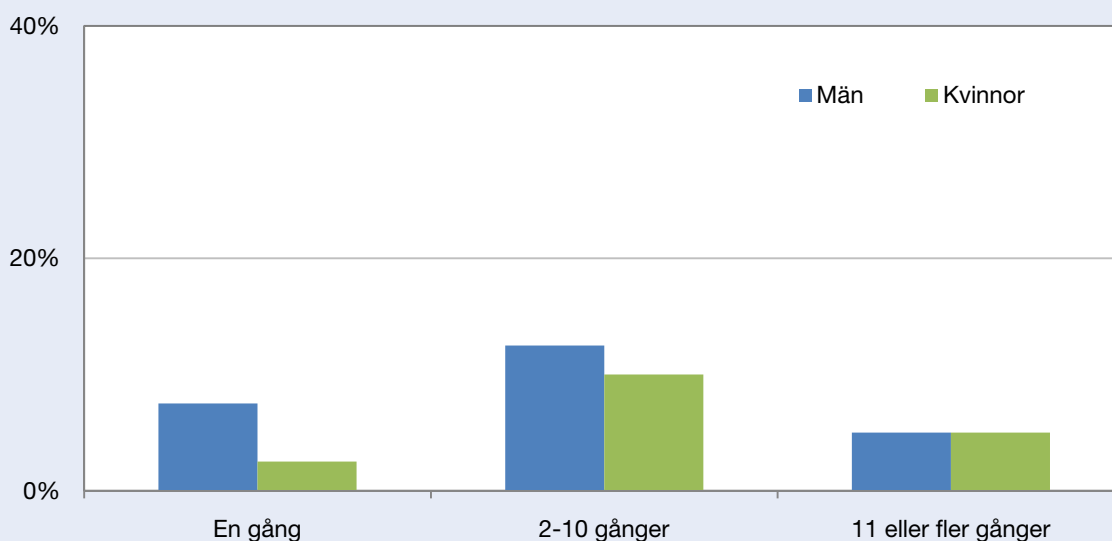
## Narkotika

38 procent av männen och 29 procent av kvinnorna uppgav att de någon gång har använt narkotika (tabell 38). 43 procent av männen och kvinnorna har använt narkotika under de senaste 12 månaderna varav 20 procent av männen och 25 procent av kvinnorna endast använt cannabispreparat och 23 procent respektive 18 procent använt både cannabispreparat och annan narkotika som visas i diagram 8. Ingen elev har angett att de endast använt annan narkotika än cannabis.

Diagram 9a visar frekvensen av användandet av cannabispreparat bland de folkhögskoleelever som någon gång använt narkotika. 16 procent av dessa män och 20 procent av dessa kvinnor har använt cannabispreparat en gång medan 18 procent respektive 25 procent använt cannabispreparat 2 till 10 gånger och 16 procent respektive 8 procent använt cannabispreparat 11 eller fler gånger de senaste 12 månaderna (tabell 39).



**Diagram 9a.** Frekvens i användning av cannabispreparat under de tolv senaste månaderna. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som någon gång använt narkotika (N=80).



**Diagram 9b.** Frekvens i användning av annan narkotika än cannabis under de tolv senaste månaderna. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som någon gång använt narkotika (N=80).

I diagram 9b visas frekvensen av användandet av annan narkotika än cannabispreparat bland elever som någon gång använt narkotika. 8 procent av männen och 3 procent av kvinnorna har använt annan narkotika än cannabis en gång medan 14 respektive 11 procent av männen och kvinnorna använt annan narkotika två till tio gånger och 5 respektive 6 procent elva gånger eller fler under de senaste 12 månaderna (tabell 40).

Av de elever som någon gång använt narkotika svarade 43 procent av männen och 58 procent av kvinnorna att de vill sluta använda narkotika varav en tiondel av männen respektive kvinnorna svarade att de vill sluta någon gång i framtiden (tabell 41).

## Tobak

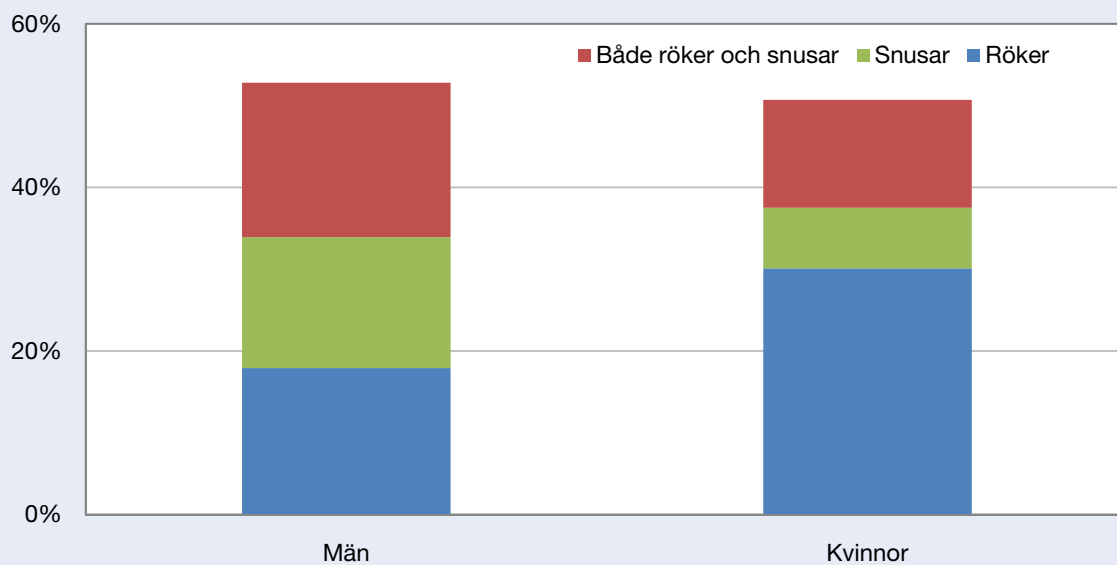
I diagram 10 redovisas folkhögskoleelevernas totala tobakskonsumtion fördelat på elever som svarade att de röker, snusar eller både röker och snusar.

Diagram 10 visar att hälften av männen och kvinnorna konsumerade tobak. Men fördelningen av tobaksprodukt skiljer sig mellan könen. En större andel kvinnor uppgav att de röker och en större andel män uppgav att de snusar bland dem som använde tobaksprodukter. Ungefär lika många kvinnor som män uppgav sig både snusa och röka.

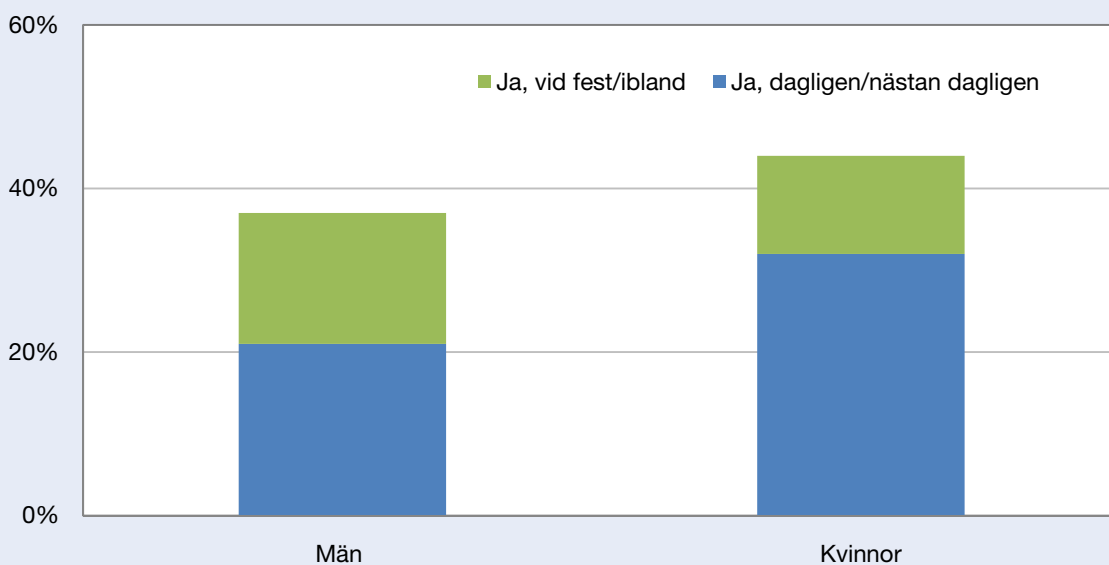
Vad gäller rökning svarade 21 procent av männen och 32 procent av kvinnorna att de röker varje dag eller nästan varje dag som visat i diagram 10. För männen gäller att nästan lika många rökte dagligen som de som rökte vid fest eller ibland medan för kvinnor gäller att en majoritet av rökarna rökte dagligen eller nästan dagligen. Resterande 62 procent av männen och 55 procent av kvinnorna uppgav att de aldrig rökt, bara provat eller slutat röka (tabell 42).

54 procent av männen och 83 procent av kvinnorna uppgav att de vill sluta röka varav hälften av dessa uppgav att de vill sluta någon gång i framtiden (tabell 43).

Vad gäller snusning uppgav 28 procent av männen och 11 procent av kvinnorna att de snusar dagligen eller nästan dagligen som visat i diagram 11. För männen gäller att en större andel snusade dagligen medan för kvinnor gäller att lika många snusade dagligen som ibland eller på fest. Resterande 64 procent av männen samt 79 procent av kvinnorna sade sig aldrig snusat, bara provat eller slutat snusa (tabell 44).

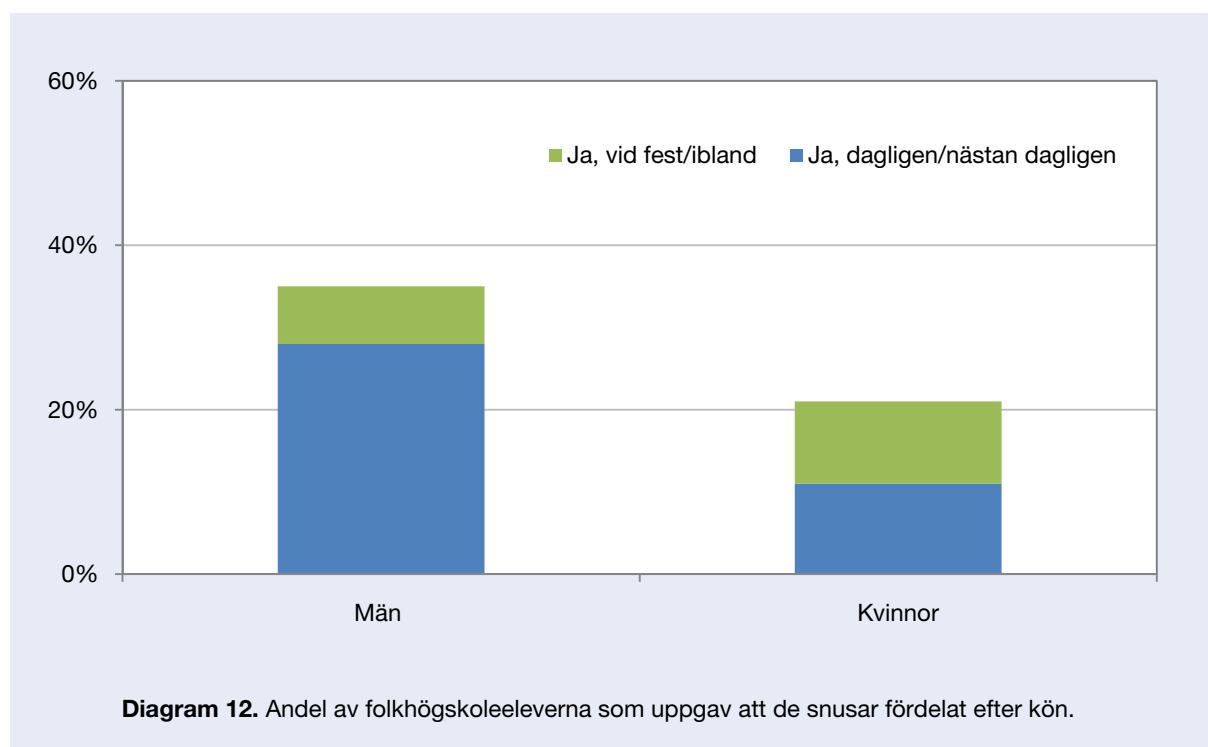


**Diagram 10.** Tobaksvanor. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.



**Diagram 11.** Andel av folkhögskoleeleverna som uppgav att de röker fördelat efter kön.

Bland de elever som snusade svarade 60 procent av männen och 65 procent av kvinnorna att de vill sluta snusa varav 49 respektive 36 procent av dessa sade att de ville sluta någon gång i framtiden (tabell 45).





# Referenser

- Becker, Wulf (2007). Indikatorer på bra matvanor – resultat från intervjuundersökningar 2005 och 2006. Livsmedelsverket, rapport 3.
- Boström, Gunnel & Nyqvist, Karin (2008). *Hälsa på lika villkor – Syfte och bakgrund till frågorna i nationella folkhälsoenkäten*. Statens Folkhälsoinstitut. (Endast tillgänglig som webbpublikation: [www.fhi.se](http://www.fhi.se))
- Bowling, Ann (2005). *Measuring Health – A review of quality of life measurement scales*. Third edition. UK: Open University Press.
- Hodgins, David; Maticka-Tyndale, Eleanor; El-Guebaly, Nady & West, Malcolm (1993). "The CAST-6: Development of a short-form of the Children of Alcoholics Screening Test". *Addictive Behaviors*, vol. 18, nr. sid. 337–345.
- Hvitfeldt, Thomas & Gripe, Isabella (2009). *Skolelevers drogvanor 2009*. CAN Rapport 118.
- Lindblom, Karin; Linton, Steven; Bryngelsson, Ing-Liss & Boersma, Katja (2006). *Vägledning av patienter med stressrelaterad ohälsa - Ett forskningsprojekt I Stressforum*. Yrkes- och miljömedicinska kliniken, Örebro universitet.
- Sepp, Hanna; Ekelund, Ulf & Becker, Wulf (2004). *Enkätfrågor om kost och fysisk aktivitet bland vuxna*. Livsmedelverket, rapport 21.
- Sconfienza, Carolina (1998). "Mätning av psykiskt välbefinnande bland ungdomar i Sverige – Användning av GHQ-12". *Arbete och hälsa, vetenskaplig skriftserie*. Stockholm: Arbetslivsinstitutet.
- Wennberg, Peter; Källmén, Håkan; Hermansson, Ulric & Bergman, Hans (2006). *The Alcohol Use Disorders Identification Test, AUDIT – MANUAL*. 5:e utgåvan.



# Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning

Undersökningen är anonym och det är frivilligt att delta. När du fyllt i formuläret skall du stoppa det i kuvertet och klistra igen det. Kuverten samlas in och skickas oöppnade till CAN. Besvara frågorna genom att sätta kryss för det alternativ som stämmer bäst för dig.

TACK FÖR DIN MEDVERKAN!

## 1 Är du man eller kvinna?

- Man  
 Kvinna

## 2 Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd?

- Mycket bra  
 Bra  
 Varken bra eller dåligt  
 Dåligt  
 Mycket dåligt

## 3 Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt måttligt ansträngande aktivitet som får dig att bli varm?

T ex promenader i rask takt, idrott, cykling, simning, styrketräning på gym etc. Det kan variera under året men försök att ta ett genomsnitt.

- 5 timmar i veckan eller mer  
 Mellan 3 till 5 timmar i veckan  
 Mellan 1 till 3 timmar i veckan  
 Högst 1 timme i veckan  
 Ingen tid alls

## 4 Hur ofta äter du följande?

	<1 gång/månad	1-3 gånger/månad	1-2 gånger/vecka	3-4 gånger/vecka	5-6 gånger/vecka	1 gång/dag	2 gånger/dag	3 gånger/dag
Grönsaker och rotfrukter, alla typer (t ex färska, frysta, konserverade, stuvade)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Frukt och bär, alla typer (t ex färska, frysta, konserverade)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Choklad och/eller godis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 5 Vilken typ av måltider brukar du äta på vardagarna?

Det kan variera från dag till dag men ange vad som stämmer bäst överens med hur du brukar äta en vanlig vardag. Ange ett alternativ för varje måltidstillfälle (frukost, mellanmål, lunch o s v).

	Huvudmåltid (ev med dryck) Lagad mat t ex kött/fisk och potatis, soppa med bröd	Lättare måltid (ev med dryck) t ex gröt/flingor m mjölk/fil, smörgås, soppa, sallad, varmkorv	Småmål (ev med dryck) t ex frukt, kex, bulle, kaka, godis, glass	Dryck enbart t ex kaffe, te, läsk, juice, mjölk, öl, vin	Inget
Frukost	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mellanmål på förmiddagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lunch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mellanmål på eftermiddagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Middag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mål sent på kvällen/natten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 6 Hur ofta dricker du alkohol?

- Aldrig → gå till fråga 11
- 1 gång i månaden eller mer sällan
- 2-4 gånger i månaden
- 2-3 gånger i veckan
- 4 gånger i veckan eller oftare

## 7 Hur många "glas" dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?

Med ett "glas" menas:

 <b>50 cl folköl</b>	 <b>33 cl starköl eller stark cider</b>	 <b>10-15 cl vitt eller rött vin</b>	 <b>5-8 cl starkvin</b>	 <b>4 cl sprit tex whisky</b>
---	--	---	---	--

- 1-2 glas     3-4 glas     5-6 glas     7-9 glas     10 glas eller mer

## 8 Hur ofta...

	Aldrig	Mer sällan än 1 gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan dagligen
...dricker du sex sådana "glas" (se fråga 7) eller mer vid samma tillfälle?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...under det senaste året har du inte kunnat sluta dricka alkohol sedan du börjat?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...under det senaste året har du låtit bli att göra något som du borde för att du drack alkohol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...under senaste året har du behövt en "drink" på morgonen efter mycket drickande dagen innan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...under det senaste året har du haft skuld känslor eller dåligt samvete på grund av ditt drickande?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...under det senaste året har du druckit alkohol så att du dagen efter inte kommit ihåg vad du sagt eller gjort?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 9 Följande frågor handlar om negativa konsekvenser av alkohol

	Ja, under det senaste året	Ja, men inte under det senaste året	Nej
Har du eller någon annan blivit skadad på grund av ditt drickande?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har en släkting, vän eller läkare (eller annan sjukvårdare) oroat sig över ditt drickande eller antytt att du borde minska på det?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 10 Vill du sluta dricka alkohol?

- Ja     Ja, men i framtiden     Nej

## 11 Röker du?

- Nej, har aldrig rökt     Ja, varje dag
- Nej, har bara provat     Ja, nästan varje dag
- Nej, har slutat     Ja, men bara när jag är på fest
- Ja, men bara ibland

## Vill du sluta röka?

- Ja
- Ja, men i framtiden
- Nej

12

## Snusar du?

- Nej, har aldrig snusat     Ja, varje dag  
 Nej, har bara provat     Ja, nästan varje dag  
 Nej, har slutat     Ja, men bara när jag är på fest  
     Ja, men bara ibland

## Vill du sluta snusa?

- Ja  
 Ja, men i framtiden  
 Nej

13

## Har du någon gång använt narkotika?

Med narkotika menas t ex hasch, marijuana, amfetamin, ecstasy, LSD, kokain, heroin och GHB.

- Ja                       Nej      → gå till fråga 16

14

## Har många gånger har du under de senaste 12 månaderna använt följande?

Sätt ett kryss för varje typ av narkotika.

	Ingen gång	1 gång	2-4 gånger	5-10 gånger	11-20 gånger	21-50 gånger	Mer än 50 gånger
Hasch och/eller marijuana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Annan narkotika än hasch och/eller marijuana	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15

## Vill du sluta använda narkotika?

- Ja     Ja, men i framtiden     Nej

16

## Har du eller har du haft något av följande besvär?

	Nej	Ja, lätta besvär	Ja, svåra besvär
Värk i skuldror eller axlar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Återkommande tarm- /magbesvär?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oro, ångest eller ängslan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Huvudvärk under de senaste två veckorna?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trötthet under de senaste två veckorna?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

17

## Hur många timmar sover du vanligtvis en normal vardagsnatt?

timmar per natt

18

## Känner du dig stressad för närvarande?

Med stress menas ett tillstånd då man känner sig spänd, rastlös, nervös, orolig eller okoncentrerad.

- Inte alls     I viss mån     Ganska mycket     Våldigt mycket

## 19 Om du tänker på de senaste två veckorna vilka alternativ stämmer bäst in på dig?

Ange endast ett alternativ för varje delfråga.

	Stämmer helt	Stämmer ganska bra	Stämmer inte särskilt bra	Stämmer inte alls
Jag kan koncentrera mig på vad jag gör	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har svårt att sova på grund av problem och svårigheter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag känner att jag spelar en betydelsefull roll för andra	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har inte mycket att vara stolt över	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag känner mig väldigt pressad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag kan inte klara av de dagliga problemen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag kan uppskatta det positiva i tillvaron	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag kan ta itu med svårigheter	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag känner mig olycklig och nedstämd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt att mitt självförtroende har minskat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har tänkt på mig själv som en betydelselös person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jag har känt mig ganska lycklig på det hela taget	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 20 Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till...

	Mycket nöjd	Ganska nöjd	Varken nöjd eller missnöjd	Ganska missnöjd	Mycket missnöjd
...lärare och övrig personal på skolan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...kamrater på skolan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...kamrater utanför skolan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...din familj?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 21 Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända sig till...

	Mycket lätt	Ganska lätt	Varken lätt eller svårt	Ganska svårt	Mycket svårt
...lärare och övrig personal på skolan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...kamrater på skolan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...kamrater utanför skolan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...din familj?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 22 Nedan följer några frågor om dina föräldrar och alkohol

	Ja	Nej
Har det hänt att du tyckt att någon av dina föräldrar dricker för mycket alkohol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har du någonsin bett någon av dina föräldrar att sluta dricka alkohol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har du någonsin grålat eller bråkat med någon av dina föräldrar när någon av dem har druckit alkohol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har du någonsin hört dina föräldrar bråka med varandra när någon av dem varit berusade?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har du någonsin velat gömma eller hälla ut en flaska med alkohol som tillhört någon av dina föräldrar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har du någonsin önskat att någon av dina föräldrar skall sluta dricka alkohol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Bilaga 2: Tabeller

**Tabell 1.** Hur bedömer du ditt allmänna hälsotillstånd? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket bra	21	14
Bra	50	60
Varken bra eller dåligt	22	20
Dåligt	6	5
Mycket dåligt	0	2
Ej svar	2	0

**Tabell 2.** Antal poäng från 0–12 på indexet för psykiskt välbefinnande (General Health Index). Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
0	21	18
1	18	16
2	9	11
3	9	11
4	8	8
5	7	6
6	8	4
7	2	3
8	4	3
9	1	1
10	1	2
11	1	3
12	2	0
Ej svar	12	14

**Tabell 3.** Har du eller har du haft värk i skuldror eller axlar? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Lätta besvär	39	49
Svåra besvär	7	15
Nej	50	29
Ej svar	5	7

**Tabell 4.** Har du eller har du haft återkommande tarm-/magbesvär? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Lätta besvär	20	37
Svåra besvär	7	15
Nej	68	39
Ej svar	6	9

**Tabell 5.** Har du eller har du haft oro, ångest eller ångslan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Lätta besvär	47	42
Svåra besvär	16	24
Nej	33	27
Ej svar	4	7

**Tabell 6.** Har du haft huvudvärk under de senaste två veckorna? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Lätta besvär	32	44
Svåra besvär	9	11
Nej	57	39
Ej svar	3	6

**Tabell 7.** Har du haft besvär av trötthet under de senaste två veckorna? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Lätta besvär	59	61
Svåra besvär	16	21
Nej	23	14
Ej svar	3	4

**Tabell 8.** Känner du dig stressad för närvarande? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Inte alls	28	23
I viss mån	49	50
Ganska mycket	15	18
Väldigt mycket	7	7
Ej svar	1	2

**Tabell 9.** Hur många timmar sover du vanligtvis en normal vardagsnatt? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
3	0	2
4	4	2
5	6	7
6	16	18
7	31	29
8	29	3
9	8	9
10	0	1
11	0	0
12	1	1
13	0	0
14	1	0
Ej svar	12	14



**Tabell 10.** Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till lärare och övrig personal på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket nöjd	48	52
Ganska nöjd	37	35
Varken nöjd eller missnöjd	9	8
Ganska missnöjd	3	3
Mycket missnöjd	2	1
Ej svar	1	2

**Tabell 11.** Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till kamrater på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket nöjd	53	51
Ganska nöjd	34	34
Varken nöjd eller missnöjd	7	10
Ganska missnöjd	5	3
Mycket missnöjd	1	2
Ej svar	1	2

**Tabell 12.** Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till kamrater utanför skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket nöjd	50	55
Ganska nöjd	26	26
Varken nöjd eller missnöjd	10	11
Ganska missnöjd	6	4
Mycket missnöjd	5	2
Ej svar	3	2

**Tabell 13.** Hur nöjd är du vanligtvis med ditt förhållande till din familj? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket nöjd	58	65
Ganska nöjd	29	18
Varken nöjd eller missnöjd	8	7
Ganska missnöjd	5	4
Mycket missnöjd	–	3
Ej svar	1	2

**Tabell 14.** Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till lärare och övrig personal på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket lätt	16	17
Ganska lätt	27	40
Varken lätt eller svårt	26	20
Ganska svårt	15	14
Mycket svårt	12	7
Ej svar	3	2

**Tabell 15.** Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till kamrater på skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket lätt	24	29
Ganska lätt	34	35
Varken lätt eller svårt	19	18
Ganska svårt	9	9
Mycket svårt	11	6
Ej svar	4	3

**Tabell 16.** Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till kamrater utanför skolan? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket lätt	40	46
Ganska lätt	26	27
Varken lätt eller svårt	10	14
Ganska svårt	14	8
Mycket svårt	9	2
Ej svar	2	3

**Tabell 17.** Om du får problem eller skulle vilja prata med någon, hur lätt tycker du att det är att vända dig till din familj? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mycket lätt	45	48
Ganska lätt	25	25
Varken lätt eller svårt	10	9
Ganska svårt	9	7
Mycket svårt	8	9
Ej svar	3	3

**Tabell 18.** Hur mycket tid ägnar du en vanlig vecka åt måttligt ansträngande aktivitet som får dig att bli varm? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
5 timmar i veckan eller mer	14	13
Mellan 3 till 5 timmar i veckan	26	17
Mellan 1 till 3 timmar i veckan	33	46
Högst 1 timme i veckan	20	18
Ingen tid alls	6	5
Ej svar	1	1

**Tabell 19.** Hur ofta äter du grönsaker och rotfrukter? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mindre än en gång per månad	5	2
1–3 gånger per månad	9	4
1–2 gånger per vecka	14	10
3–4 gånger per vecka	11	15
5–6 gånger per vecka	12	21
1 gång per dag	26	22
2 gånger per dag	16	15
3 gånger per dag	6	10
Ej svar	2	1

**Tabell 20.** Hur ofta äter du frukt och bär? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mindre än en gång per månad	9	3
1–3 gånger per månad	21	6
1–2 gånger per vecka	15	20
3–4 gånger per vecka	12	13
5–6 gånger per vecka	7	14
1 gång per dag	16	21
2 gånger per dag	9	12
3 gånger per dag	5	9
Ej svar	6	3

**Tabell 21.** Hur ofta äter du choklad och godis? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Mindre än en gång per månad	7	3
1–3 gånger per månad	21	6
1–2 gånger per vecka	15	20
3–4 gånger per vecka	12	13
5–6 gånger per vecka	7	14
1 gång per dag	16	21
2 gånger per dag	9	12
3 gånger per dag	5	9
Ej svar	12	14

**Tabell 22.** Vilken typ av måltid brukar du äta till frukost? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Huvudmåltid	8	4
Lättare måltid	60	71
Småmål	2	0
Dryck enbart	9	13
Inget	16	10
Ej svar	6	2

**Tabell 23.** Vilken typ av måltid brukar du äta till mellanmål på förmiddagen? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Huvudmåltid	3	4
Lättare måltid	18	24
Småmål	30	38
Dryck enbart	20	17
Inget	14	9
Ej svar	15	8

**Tabell 24.** Vilken typ av måltid brukar du äta till lunch? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Huvudmåltid	76	86
Lättare måltid	12	2
Småmål	3	2
Dryck enbart	4	4
Inget	1	3
Ej svar	5	3

**Tabell 25.** Vilken typ av måltid brukar du äta till mellanmål på eftermiddagen? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Huvudmåltid	6	4
Lättare måltid	11	9
Småmål	14	35
Dryck enbart	17	13
Inget	32	29
Ej svar	20	10

**Tabell 26.** Vilken typ av måltid brukar du äta till middag? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Huvudmåltid	67	72
Lättare måltid	15	18
Småmål	4	2
Dryck enbart	4	4
Inget	1	3
Ej svar	9	2

**Tabell 27.** Vilken typ av måltid brukar du äta som mål sent på kvällen eller natten? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Huvudmåltid	11	5
Lättare måltid	34	26
Småmål	15	18
Dryck enbart	9	15
Inget	18	27
Ej svar	13	9

**Tabell 28.** Hur ofta dricker du alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Aldrig	15	14
En gång i månaden eller mer sällan	30	34
2–4 gånger i månaden	34	43
2–3 gånger i veckan	16	9
4 gånger i veckan eller oftare	3	0
Ej svar	2	1

**Tabell 29.** Fördelning av resultaten från ”The Alcohol Use Disorders Identification test”. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ej riskabla alkoholvanor	49	61
Riskabla alkoholvanor men inte nödvändigtvis missbruk/beroende	33	21
Problematiska alkoholvanor	3	4
Mycket problematiska alkoholvanor	3	7
Ej svar	12	7

**Tabell 30.** Vill du sluta dricka alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män (N=92)	Kvinnor (N=117)
Ja	11	4
Ja, men i framtiden	8	9
Nej	76	85
Ej svar	5	3

**Tabell 31.** Andel av folkhögskoleeleverna som har föräldrar med alkoholproblem enligt CAST-6. Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Föräldrar utan alkoholproblem	75	65
Föräldrar med alkoholproblem	20	29
Ej svar	6	6

**Tabell 32.** Har det hänt att du tyckt att någon av dina föräldrar dricker för mycket alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	28	33
Nej	68	64
Ej svar	4	4

**Tabell 33.** Har du någonsin bett någon av dina föräldrar att sluta dricka alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	14	25
Nej	82	73
Ej svar	4	2

**Tabell 34.** Har du någonsin grälat eller bråkat med någon av dina föräldrar när någon av dem druckit alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	21	30
Nej	75	66
Ej svar	5	4

**Tabell 35.** Har du någonsin hört dina föräldrar bråka med varandra när någon av dem varit berusade? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	16	27
Nej	80	69
Ej svar	4	4

**Tabell 36.** Har du någonsin velat gömma eller hålla ut en flaska med alkohol som tillhört någon av dina föräldrar? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	14	28
Nej	81	68
Ej svar	5	4

**Tabell 37.** Har du någonsin önskat att någon av dina föräldrar skall sluta dricka alkohol? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	22	29
Nej	74	68
Ej svar	5	3

**Tabell 38.** Har du någon gång använt narkotika? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Ja	38	29
Nej	59	68
Ej svar	3	2



**Tabell 39.** Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna använt hasch och/eller marijuana? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som använt narkotika.

	Män (N=40)	Kvinnor (N=40)
Ingen gång	48	48
En gång	15	20
2–4 gånger	5	18
5–10 gånger	13	8
11–20 gånger	5	3
21–50 gånger	3	3
Mer än 50 gånger	8	3
Ej svar	5	0

**Tabell 40.** Hur många gånger har du under de senaste 12 månaderna använt annan narkotika än hasch och marijuana? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som använt narkotika.

	Män (N=40)	Kvinnor (N=40)
Ingen gång	68	73
En gång	8	3
2–4 gånger	10	5
5–10 gånger	3	5
11–20 gånger	0	3
21–50 gånger	0	3
Mer än 50 gånger	5	0
Ej svar	8	10

**Tabell 41.** Vill du sluta använda narkotika? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som använt narkotika.

	Män (N=40)	Kvinnor (N=40)
Ja	35	43
Ja, men i framtiden	8	15
Nej	43	20
Ej svar	15	23

**Tabell 42.** Röker du? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Nej, har aldrig rökt	22	22
Nej, har bara prövat	27	21
Nej, har slutat	13	13
Ja, varje dag	15	27
Ja, nästan varje dag	6	4
Ja, men bara när jag är på fest	7	6
Ja, men bara ibland	9	6
Ej svar	1	2

**Tabell 43.** Vill du sluta röka? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som röker.

	Män (N=39)	Kvinnor (N=59)
Ja	23	41
Ja, men i framtiden	31	42
Nej	31	15
Ej svar	15	2

**Tabell 44.** Snusar du? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna.

	Män	Kvinnor
Nej, har aldrig snusat	31	49
Nej, har bara prövat	26	27
Nej, har slutat	8	4
Ja, varje dag	25	10
Ja, nästan varje dag	4	2
Ja, men bara när jag är på fest	2	2
Ja, men bara ibland	5	7
Ej svar	1	1

**Tabell 45.** Vill du sluta snusa? Procentuell fördelning efter kön bland folkhögskoleeleverna som snusar.

	Män (N=37)	Kvinnor (N=28)
Ja	11	29
Ja, men i framtiden	49	36
Nej	32	36
Ej svar	8	0

# Tidigare rapporter

- Nr 72 Spelmissbruk bland ungdomar
- Nr 73 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser under våren 2003
- Nr 74 Mönstrandens drogvanor 2002
- Nr 75 Ungdomars drogvanor 1994–2003. Intervjuer med 16–24-åringar
- Nr 76 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser under hösten 2003
- Nr 77 Skolelevers drogvanor 2003
- Nr 78 Mönstrandens drogvanor 2003
- Nr 79 Uppföljning och utvärdering av insatserna mot svartspirt
- Nr 80 Narkotikaprisutvecklingen i Sverige 1988–2003
- Nr 81 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser under våren 2004
- Nr 82 Drogutvecklingen i Sverige – Rapport 2004
- Nr 83 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser under hösten 2004
- Nr 84 Skolelevers drogvanor 2004
- Nr 85 Narkotikaprisutvecklingen i Sverige 1988–2004
- Nr 86 Mönstrandens drogvanor 2004
- Nr 87 Drogvanor i gymnasiets år 2, 2004
- Nr 88 Alkohol- och narkotikamissbruk bland invandrare
- Nr 89 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser under våren 2005
- Nr 90 Skolelevers drogvanor 2005
- Nr 91 Drogutvecklingen i Sverige 2005
- Nr 92 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser under hösten 2005
- Nr 93 Drug Trends in Sweden 2005
- Nr 94 Narkotikaprisutvecklingen i Sverige 1988–2005
- Nr 95 Mönstrandens drogvanor 2005
- Nr 96 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser vinterhalvåret 2005–2006
- Nr 97 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser i Göteborg vinterhalvåret 2005–2006
- Nr 98 Drogutvecklingen i Sverige 2006
- Nr 99 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser sommarhalvåret 2006
- Nr 100 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser i Göteborg sommarhalvåret 2006
- Nr 101 Kartläggning av narkotikapolitiska handlingsplaner i kommuner och stadsdelar
- Nr 102 Narkotikaprisutvecklingen i Sverige 1988–2006
- Nr 103 Skolelevers drogvanor 2006
- Nr 104 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser vinterhalvåret 2006–2007
- Nr 105 Mönstrandens drogvanor 2006
- Nr 106 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser i Göteborg vinterhalvåret 2006–2007
- Nr 107 Drogutvecklingen i Sverige 2007
- Nr 108 Skolelevers drogvanor 2007
- Nr 109 Kokain – ett uppmärksammat problem
- Nr 110 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser sommarhalvåret 2007
- Nr 111 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser vinterhalvåret 2007–2008
- Nr 112 Narkotikaprisutvecklingen i Sverige 1988–2007
- Nr 113 Drogutvecklingen i Sverige 2008
- Nr 114 Skolelevers drogvanor 2008
- Nr 115 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser första halvåret 2008
- Nr 116 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser andra halvåret 2008
- Nr 117 Drogutvecklingen i Sverige 2009
- Nr 118 Skolelevers drogvanor 2009
- Nr 119 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser första halvåret 2009
- Nr 120 CANs rapporteringssystem om droger (CRD). Tendenser andra halvåret 2009
- Nr 121 Narkotikatillgängligheten i Sverige 1988–2009. En analys av priser och beslag

Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, har till uppgift att sprida information om alkohol, narkotika och andra droger till alla som arbetar inom drogområdet. Det gör vi genom att samla in och bearbeta fakta som vi sedan sprider via olika publikationer, kurser, konferenser och webbplatser samt via vårt bibliotek.



Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning  
Box 70412, 107 25 Stockholm, Klara Norra Kyrkogata 34  
Tel 08-412 46 00, Fax 08-10 46 41, [www.can.se](http://www.can.se)